

На 28 Октябрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Сад

Е. А. Яркина

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		527.82
Запеканка из творога с рисом	120	264.00
Соус молочный сладкий	50	64.63
Хлеб пшеничный формовой	30	74.58
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
Завтрак 2		82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		651.29
Свекольник	200	143.90
Жаркое по-домашнему	180	333.00
Овощи консервированные (порциями) помидоры	45	7.54
Хлеб ржаной	45	111.88
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		198.91
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Вафли	25	53.07
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.84
Ужин		320.17
Каша пшеничная молочная жидкая	200	171.14
Хлеб пшеничный	50	121.00
Чай с сахаром	200	28.03
		1780.99

На 28 Октябрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Сад

Е. А. Яркина

	ВЫХОД	ккал
		527.82
Завтрак		
Запеканка из творога с рисом	120	264.00
Соус молочный сладкий	50	64.63
Хлеб пшеничный формовой	30	74.58
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		82.80
Завтрак 2		
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
		651.29
Обед		
Свекольник	200	143.90
Жаркое по-домашнему	180	333.00
Овощи консервированные (порциями) помидоры	45	7.54
Хлеб ржаной	45	111.88
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
		198.91
Полдник		
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Вафли	25	53.07
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.84
		320.17
Ужин		
Каша пшеничная молочная жидкая	200	171.14
Хлеб пшеничный	50	121.00
Чай с сахаром	200	28.03
		1780.99